



テスト後は学力のゴールデンタイム！

中間テストが終了し、テストが返却されています。テスト前は時間を大切にして、しっかり準備を進めてきましたね。しかし、忘れてはいけないのが「テストが終わった後」の過ごし方です。実は「テスト後」の 1 週間は当日と同じくらい大事な時期であり、最も学力が伸びやすいゴールデンタイムとも言われています。筋肉が最も成長するのは筋トレの最中ではなくその「直後」です。トレーニング後 30 分以内に良質な「タンパク質」を摂取することで一気に効果が高まります。同様に、テストを受けた後にどんな取り組みをするかで、その後の成長度合いが大きく変わります！そこで今回はつい見落としがちになってしまう「テスト後にやるべき 3 つのこと」をご紹介します。ぜひ読んでみてください。

「テスト後にやるべき 3 つのこと」



1. 返却された答案用紙を広げる

まずは自分が出した結果とまっすぐ向き合わなければなりません。家で、しっかり答案を広げましょう。ここから次回のテストに向けての第一歩が始まります。「良かった」「悪かった」と一喜一憂しただけで片付けてしまうことがないようにしましょう。

正答できた問題を見て「なぜできたのか」も考えてみましょう！公式をちゃんと覚えていたからできた。ワークを 2 周やり、同じような問題が出てきたからできた。得意なグラフの問題だったからできた。等々…このように、できた問題にも目を向けることで「自分は〇〇タイプの問題なら得意だな」という確かな自信が得られます。例えば、それが一次関数のグラフ問題であれば、「次回のテストはまずグラフから解いていこう」と作戦を立てることができます。テストにはもちろん制限時間がありますが、解く順番のルールはありません。どこから解いても自由です。「後ろの方に解ける問題があったのに時間切れになっちゃった……」とならないためにも自分の得意分野を見つけ解ける問題から解くことを意識することも大切です。

2. テスト前の計画を振り返る

テスト前の計画についても振り返り、次回に生かしましょう。「対策を開始した時期は適切だったか」「勉強時間は十分だったか」「計画していたけど、できなかったことはあるか。その原因は何か」「計画で抜けていたことはあるか」といった観点から見直すようにします。そして、改善案を考えるようにしましょう。

3. 次のテストへの目標や具体的な計画を立てる

やっとの思いで終わったテストです。浮かれたくなる気持ちもよく分かります。しかし、このゴールデンタイムを利用することで、大きく成長するチャンスをもたせることができるのです。次のテスト（期末テスト）は、約一ヶ月後です。今、毎日机に向かう習慣がついているはず。その習慣を大切にしてください。テストが終わると完全に勉強するのをやめてしまうのではなく、コツコツ努力することを続けることを忘れないでください。

○学級討議が行われました



2 組 in 音楽室

委員会の提案にたくさんの意見が出されました。錦城中学校をさらに良くするためには、どのようにすればいいのか一生懸命考えていました。2 年間を経験した 3 年生だからこそ、思いつく意見もありました。



1 組 in 図書室

3 回目の学級討議、委員長会中心にスムーズに会が進みました。各委員会からおろされた提案を真剣に聞き、今までの取り組みを振り返りました。そして、この方が良いと思うことには、しっかり意見を出し合いました。



<今週 5/17~5/21 の予定>

5 月	曜		1	2	3	4	5	6	
17	月	1 組	数学	社会	英語	理科①	体育	国語	
		こだま	英語	社会	数学	理科①	体育	国語	
		2 組	理科①	数学	社会	国語	体育	英語	
18	火	1 組	社会	美術	数学	音楽	英語	技術	
		こだま	社会	美術	英語	音楽	数学	技術	
		2 組	英語	社会	理科②	数学	美術	家庭	
19	水	1 組	道徳	理科①	英語	社会	体育	国語	臨時専門 委員会
		こだま		理科①	数学	社会	体育	国語	
		2 組		数学	理科②	英語	体育	社会	
20	木	1 組	社会	体育	数学	英語	理科②	美術	
		こだま	社会	体育	英語	数学	理科②	美術	
		2 組	英語	体育	社会	美術	理科①	国語	
21	金	1 組	社会	数学	理科②	英語	体育	国語	
		こだま	社会	英語	理科②	数学	体育	国語	
		2 組	数学	国語	英語	社会	体育	音楽	